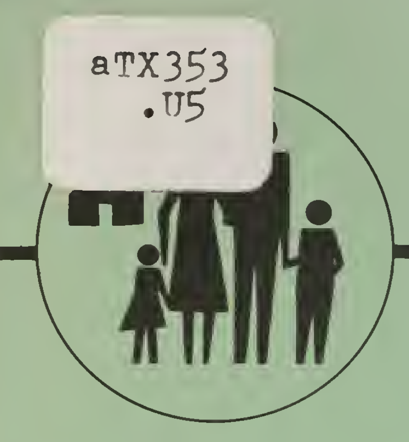


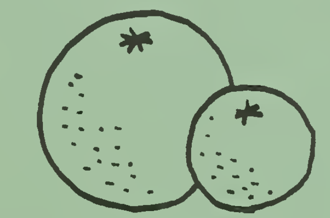
UNA VARIEDAD DE FRUTAS Y DE VEGETALES

algunas buenas selecciones para la familia que desea economizar

- Sirva los vegetales, las frutas y los jugos en las comidas ó como merienda.
- Los siguientes vegetales y frutas frescas casi siempre son buenas compras:



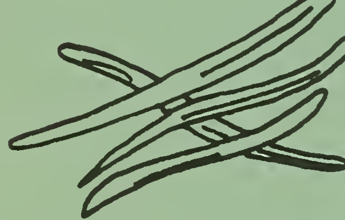
Manzanas



Toronjas y Naranjas (Chinas)



Plátanos (Guineos)



Habichuelas Tiernas (Ejotes)







Papas y Batatas(Camotes)



Nabos



Vegetales con Hojas Verdes, Col (Repollo) y Ápio (Celery)

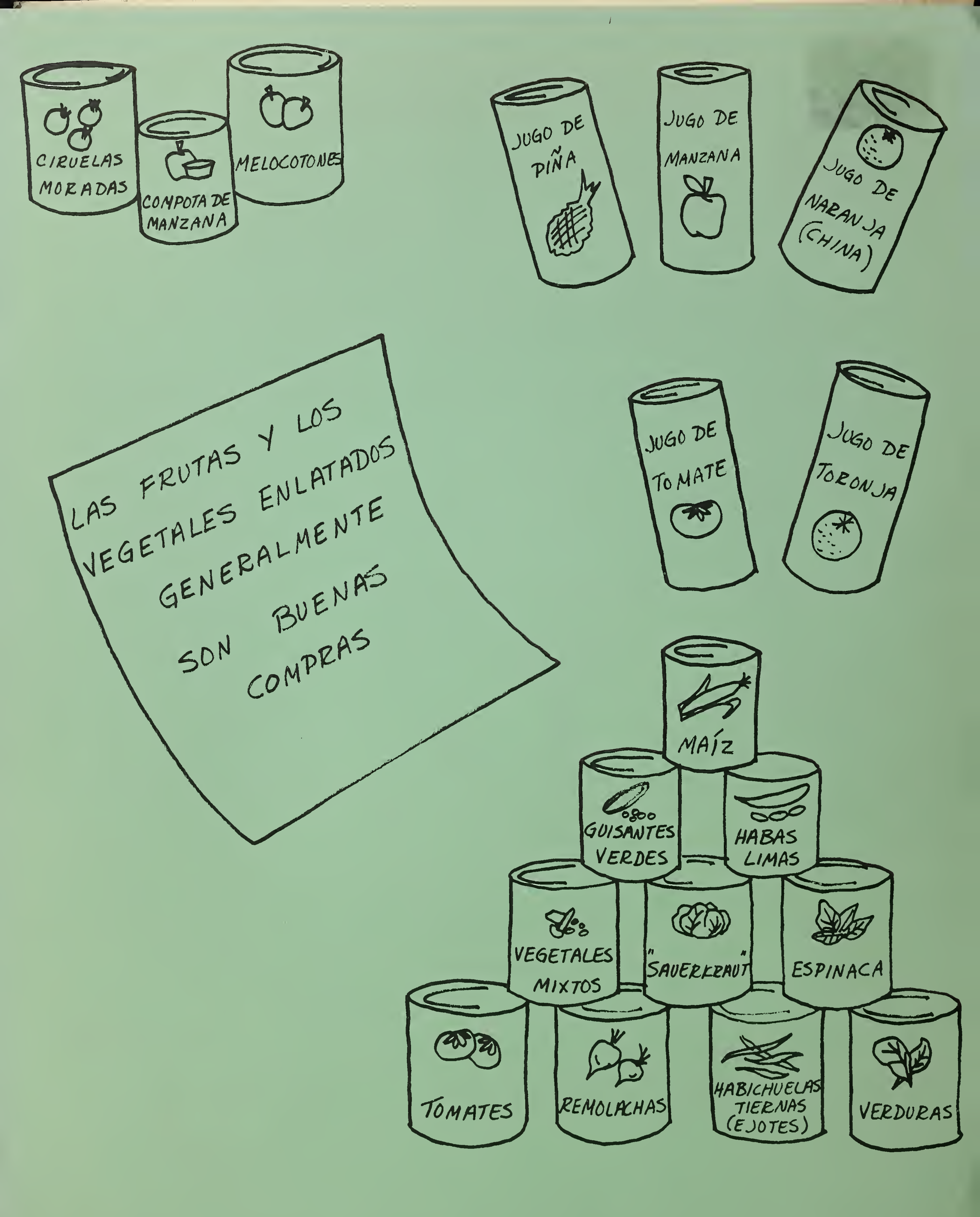
Zanahórias



Cebollas

BUSQUE OTRAS BUENAS COMPRAS DURANTE CADA TEMPORADA DEL AÑO

FNS-45 · U.S. Department of Agriculture · Food and Nutrition Service · Agricultural Research Service



November 1970

GPO : 1970 O—407-880

For sale by the Superintendent of Documents, U.S. Government Printing Office, Washington, D.C. 20402 - Price 5 cents